

VIGYANA BHAIRAVA TANTRA**OSHO****Bab 25 . Dari Kata-Kata Ke Suara Murni Ke Keberadaan****Chapter 25. From Words To Pure Sounds To Being**

13. DEVI, BAYANGKAN HURUF-HURUF SANSEKERTA DI DALAM FOKUS-FOKUS KESADARAN YANG TERISI MADU INI, PERTAMA SEBAGAI HURUF, LALU LEBIH HALUSNYA SEBAGAI SUARA, LALU SEBAGAI PERASAAN YANG TERHALUS. LALU, KESAMPINGKAN MEREKA, JADILAH BEBAS.

14. MANDI DI PUSAT SUARA, SEPERTI DI DALAM SUARA AIR TERJUN YANG TERUS MENERUS. ATAU, DENGAN MENEMPATKAN JARI-JARI DI TELINGA, DENGARKAN SUARA DARI SUARA.

13. DEVI, IMAGINE THE SANSKRIT LETTERS IN THESE HONEY-FILLED FOCI OF AWARENESS, FIRST AS LETTERS, THEN MORE SUBTLY AS SOUNDS, THEN AS MOST SUBTLE FEELING. THEN, LEAVING THEM ASIDE, BE FREE.

14. BATHE IN THE CENTER OF SOUND, AS IN THE CONTINUOUS SOUND OF A WATERFALL. OR, BY PUTTING THE FINGERS IN THE EARS, HEAR THE SOUND OF SOUNDS.

Jean Paul Sartre telah menulis sebuah otobiografi. Dia menyebutnya KATA-KATA. Nama ini sangat berarti. Ini adalah otobiografi dari setiap orang - kata-kata dan kata-kata dan kata-kata. Engkau terisi dengan kata-kata, dan proses dari kata-kata ini berlanjut sepanjang hari, bahkan di dalam pikiran. Ketika engkau tidur, engkau masih terisi dengan kata-kata, pikiran.

Pikiran hanyalah kumpulan dari kata-kata, dan semua orang terlalu terobsesi dengan pikiran. Itulah sebabnya pengetahuan tentang diri menjadi semakin lama semakin tidak mungkin. Diri itu melampaui kata-kata, atau di belakang kata-kata, atau di bawah kata-kata, atau di atas kata-kata, tetapi tidak pernah di dalam kata-kata. Engkau berada bukan di dalam pikiran, tetapi hanya di bawah pikiran, di belakang pikiran, di atas pikiran - tidak pernah di dalam pikiran. Engkau berfokus di dalam pikiran, tetapi

Bab 25 . Dari Kata-Kata Ke Suara Murni Ke Keberadaan

engkau tidak berada disana. Berada di luar, engkau berfokus di dalam pikiran. Karena fokus yang terus-menerus ini, engkau telah menjadi teridentifikasi dengan pikiran. Engkau pikir engkau adalah pikiran, ini adalah satu-satunya masalah, masalah dasarnya, dan kecuali engkau menyadari bahwa engkau bukan pikiran, tidak ada yang bermakna/berarti yang dapat terjadi padamu. Engkau akan hidup dalam kesengsaraan.

Identifikasi ini adalah penderitaan. Ini seolah-olah orang teridentifikasi dengan bayangan. Maka seluruh kehidupan menjadi palsu. Seluruh hidupmu adalah palsu, dan kesalahan dasarnya adalah bahwa engkau teridentifikasi dengan pikiran. Engkau pikir engkau adalah pikiran: ini adalah kebodohnya. Engkau dapat mengembangkan pikiranmu, tapi dengan cara itu, ketidaktahuan tidak akan hilang. Engkau bisa menjadi sangat cerdas, engkau bisa menjadi sangat berbakat, engkau bahkan dapat menjadi jenius. Tetapi jika identifikasi dengan pikiran itu ada, engkau pada dasarnya tetap biasa-biasa saja karena engkau tetap teridentifikasi dengan bayangan palsu. Bagaimana itu terjadi? Kecuali engkau memahami mekanisme bagaimana hal itu terjadi, engkau tidak bisa melampaui itu, dan semua teknik meditasi hanyalah proses untuk melampaui, untuk melampaui pikiran.

Teknik-teknik meditasi tidak melawan dunia, tetapi melawan pikiran - dan tidak benar-benar melawan pikiran, tetapi melawan identifikasi. Bagaimana engkau teridentifikasi dengan pikiran? Mekanisme apa yang bekerja? Pikiran adalah satu kebutuhan – satu kebutuhan yang besar, terutama bagi umat manusia. Dan itu adalah perbedaan dasar antara manusia dan binatang. Manusia berpikir, dan ia telah menggunakan kemampuan berpikir sebagai senjata untuk perjuangannya bertahan hidup. Dia bisa bertahan karena ia bisa berpikir; kalau tidak, ia lebih tidak berdaya dari hewan mana pun, lebih lemah daripada binatang apa pun. Secara fisik, tidak mungkin baginya untuk bertahan hidup. Manusia bisa bertahan karena ia bisa berpikir. Karena berpikir, ia telah menjadi penguasa di bumi.

Jika berpikir telah begitu banyaknya membantu, maka itu menjadi mudah untuk memahami mengapa manusia telah menjadi teridentifikasi dengan pikirannya. Engkau tidak terlalu teridentifikasi dengan tubuh. Tentu saja, agama terus menyatakan, "Jangan teridentifikasi dengan tubuh," tapi tidak ada seorang pun yang benar-benar teridentifikasi dengan tubuh - tidak ada! Engkau teridentifikasi dengan pikiran, bukan dengan tubuh, dan identifikasi dengan tubuh ini tidak begitu berakibat fatal seperti teridentifikasi dengan pikiran - karena tubuh lebih nyata. Tubuh itu ada, ia berhubungan dengan semesta begitu dalamnya. Pikiran itu hanyalah bayangan.

Identifikasi dengan pikiran itu lebih halus daripada identifikasi dengan tubuh, tapi kita teridentifikasi dengan pikiran karena pikiran telah sangat membantu untuk bertahan hidup - tidak hanya melawan hewan, melawan alam, tetapi juga melawan manusia lain. Jika engkau memiliki pikiran yang tajam dan cerdas, engkau juga akan menang melawan manusia lain. Engkau akan berhasil, engkau akan menjadi lebih kaya, karena engkau akan lebih berhitung dan lebih licik. Terhadap manusia lain juga, pikiran adalah senjata. Itulah mengapa kita begitu teridentifikasi - ingat ini.

Melawan kematian, melawan penyakit, melawan alam, melawan binatang, melawan orang lain, pikiran telah menjadi pelindungmu, keamananmu. Dan pikiran telah berbuat banyak, jadi jelas kita berpikir tentang diri kita sendiri sebagai pikiran. Jika seseorang mengatakan bahwa tubuhmu sakit engkau tidak merasa tersinggung, tapi jika seseorang mengatakan bahwa pikiranmu tampaknya sakit, engkau merasa tersinggung. Jika tubuhmu sakit, engkau tidak merasa tersinggung. Mengapa? Engkau tidak teridentifikasi dengan tubuh. Tetapi jika pikiranmu sakit dan seseorang mengatakan engkau sakit secara psikologis, sakit mental, gila, engkau merasa tersinggung. Sekarang ini adalah sesuatu tentang dirimu, bukan tentang tubuhmu.

Engkau berperilaku dengan tubuh seolah-olah itu adalah sebuah kendaraan, sesuatu yang engkau miliki, tapi tidak demikian dengan pikiran. Dengan pikiran, engkau adalah pikiran; dengan tubuh, engkau adalah tuannya. Tubuh adalah budak - engkau menguasainya.

Pikiran ini telah menciptakan sebuah pembagian/pembelahan dalam keberadaanmu juga, dan itu adalah penyebab dasar kedua mengapa kita teridentifikasi dengannya. Engkau berpikir tidak hanya tentang hal-hal luar, engkau berpikir tentang hal-hal dalam juga. Misalnya, tubuh memiliki banyak naluri. Engkau berpikir tentang nalurimu juga. Tidak hanya engkau berpikir, engkau berkelahi melawan nalurimu, sehingga ada perkelahian di dalam yang terus menerus. Di sana ada seks: pikiran melawannya atau mencoba untuk mengubahnya dengan caranya sendiri. Ia menekannya, menyalahgunakannya, mencoba untuk mengontrolnya.

Pikiran sedang berkelahi di dalam juga. Perkelahian itu menciptakan pemisahan antara engkau dan tubuhmu. Dan sungguh, engkau mulai berpikir bahwa tubuh adalah sesuatu yang bertentangan, bukan teman, karena tubuh terus melakukan hal-hal yang melawan pikiran. Tubuh tidak akan mendengarkan pikiran, sehingga pikiran merasa tersinggung, dikalahkan. Ia menyerang tubuh, dan kemudian pemisahan dibuat. Dan engkau selalu teridentifikasi dengan pikiran, tidak pernah dengan tubuh.

Pikiran adalah egomu. Itu adalah "Aku" darimu. Jika tubuh merasakan seksualitas, engkau dapat memisahkannya. Engkau dapat mengatakan, "Ini adalah badan, bukan aku. Aku melawan itu. Aku telah mengambil sumpah selibat (tidak kawin), aku menentangnya. Ini adalah tubuh; ini bukan aku." Lalu siapakah engkau? Pikiran yang telah bersumpah? Pikiran ini adalah egomu, dan engkau melawan tubuh karena tubuh itu sangat menghancurkan ego. Apapun yang engkau putuskan, ia tidak pernah mendengarkannya.

Semua omong kosong kebiarawanan lahir karena ini: tubuh tidak mendengarkan. Tubuh adalah alam, tubuh adalah bagian dari keseluruhan semesta, tubuh memiliki hukumnya sendiri. Hukum-hukum itu tidak disadari; tubuh berfungsi menurut dirinya sendiri. Pikiran mencoba untuk membuat hukum-hukumnya sendiri di atas tubuh. Maka satu perselisihan terjadi. Kemudian pikiran mulai melawan tubuh. Maka pikiran akan membuat tubuh kelaparan; pikiran akan mencoba dengan segala cara untuk membunuh tubuh.

Itulah apa yang telah terjadi di masa lalu: yang disebut orang-orang beriman telah benar-benar marah akan tubuh mereka. Dan apa pun yang mereka lakukan lebih sedikit untuk Tuhan dan lebih banyak terhadap tubuh. Sungguh, pencarian Tuhan menjadi identik dengan melawan tubuh. Orang-orang beriman mengambil sikap, "Bunuhlah tubuh, hancurkan tubuh. Tubuh adalah musuh." Dan sungguh, ini bukan sikap beriman, tapi salah satu sikap yang paling tidak beragama, karena itu adalah yang paling egois. Ini adalah ego, ego merasa tersinggung.

Engkau memutuskan untuk tidak marah lagi, dan kemudian marah datang: egomu merasa dikalahkan. Keputusanmu dibuang ke laut, dan kemarahan datang. Dan ketika amarah datang engkau merasa ini datang dari tubuh. Engkau memutuskan melawan seks dan seks datang: engkau merasa tersinggung, sehingga engkau mencoba untuk menghukum tubuhmu. Tapa tidak lain adalah hukuman - menghukum tubuhmu sendiri untuk memaksanya berperilaku menurut ego.

Pikiran ini, proses berpikir ini, ego ini, hanyalah sebuah kepingan dari seluruh keberadaanmu, dan kepingan ini berusaha untuk menjadi penguasa. Hal ini tidak mungkin, kepingan tidak bisa menjadi penguasa. Hal ini akan gagal; itu sebabnya ada begitu banyak frustrasi dalam hidup. Engkau tidak pernah bisa berhasil - engkau mencoba yang mustahil. Kepingan tidak bisa menjadi penguasa. Keseluruhannya adalah lebih besar dan keseluruhannya itu lebih kuat.

Hal ini sama seperti jika satu cabang pohon mencoba untuk mengontrol seluruh

pohon, bahkan akarnya. Bagaimana satu cabang bisa mengontrol seluruh pohon, dan bagaimana ia dapat memaksa akar untuk mengikutinya? Itu tidak mungkin. Apapun yang ia pikir, itu tidak waras; cabang itu sudah menjadi gila. Ia mungkin terus berpikir dan bermimpi, membayangkan masa depan di mana pohon itu akan mengikutinya, tapi itu tidak mungkin; ia harus mengikuti pohon. Ia menjadi hidup hanya karena pohon dan akarnya. Dan akar berada di sana sebelum ia ada. Akar adalah sumber darinya juga.

Pikiranmu hanyalah kepingan dari tubuhmu; ia tidak bisa mengendalikannya. Usaha untuk mengendalikan tubuh akan membuat frustrasi dan kegagalan. Dan seluruh umat manusia telah gagal karena ini. Semua orang sedang menderita, dalam konflik, dalam penderitaan, dalam kecemasan, gemetar, karena yang tidak mungkin sedang dicoba. Tapi ego selalu suka mencoba hal yang mustahil. Yang mungkin tidak memiliki tantangan untuknya; yang mustahil adalah tantangan. Dan jika yang tidak mungkin bisa dilakukan, maka ego akan merasa sangat senang - karena ini tidak bisa dilakukan. Engkau dapat mencoba untuk melakukannya, tetapi engkau akan menyia-nyaiakan hidupmu untuk mencoba sesuatu yang tidak dapat dilakukan.

Karena upaya di dalam ini untuk menjadi penguasa, engkau teridentifikasi dengan pikiran. Siapa yang ingin teridentifikasi dengan budak? Siapa yang ingin teridentifikasi dengan yang-tidak-sadar? Itu tidak ada gunanya. Yang-tidak-sadar ditolak karena itu tidak dapat digenggam. Dan dengan yang-tidak-sadar maka tidak ada ego; engkau tidak bisa merasakan "Aku".

Cobalah untuk memahaminya dengan cara ini: ketika seks mengalahkanmu, engkau benar-benar tidak bisa mengatakan "aku". Seolah-olah sesuatu yang lebih besar darimu telah mengambil alih/menguasai - seperti jika engkau berada di arus yang kuat. Engkau tidak ada lagi; sesuatu yang lain sedang mengendaraimu. Itulah sebabnya kata-kata ini bermakna ... itulah sebabnya mereka yang menentang seks akan mengatakan, "Seks menguasaiku."

Kemarahan menguasai, kelaparan menguasai. Mereka adalah sesuatu yang lebih besar dari engkau, dan engkau hanyalah terbawa oleh arus. Hal ini menakutkan. Hal ini sangat menakutkan karena engkau tidak ada lagi. Ini adalah semacam kematian. Itulah mengapa engkau begitu menentang seks - itu adalah semacam kematian. Mereka yang menentang seks selalu takut mati, dan mereka yang tidak melawan seks dan dapat mengalir di dalamnya dengan mudah, spontan, tidak akan pernah takut mati. Lihatlah hubungannya: mereka yang menentang seks akan selalu takut akan kematian, dan orang-orang yang takut akan kematian akan selalu melawan

seks.

Mereka yang takut mati akan selalu menciptakan teori keabadian; mereka akan selalu berpikir tentang kehidupan setelah mati. Mereka yang berpikir tentang keabadian akan selalu melawan seks - ini adalah alternatif. Seks memberimu rasa takut. Apakah rasa takutnya? Engkau tidak ada lagi di dalamnya, sesuatu yang lebih besar darimu menguasai. Engkau terbuang ke laut; engkau tidak ada lagi di dalamnya.

Jadi bahkan mereka yang tidak melawan seks, mereka juga tidak pernah bergerak benar-benar dalam ke dalam seks. Mereka tidak pernah bergerak; mereka selalu menahan, berusaha untuk tetap tinggal di sana, tidak membiarkan diri mereka, tidak siap untuk melepas. Itu sebabnya orgasme, hal yang begitu alami, telah menjadi begitu mustahil bagi pria dan wanita. Sebuah orgasme yang dalam berarti engkau telah berada dalam sesuatu yang lebih besar darimu. Engkau telah berada dalam sesuatu yang bukan engkau, yang bukan ego.

Ego sedang berjuang untuk mengendalikan segala sesuatunya, dan pikiran membantumu. Dalam upayanya, engkau menjadi teridentifikasi dengan pikiran, dan identifikasi ini adalah penderitaan, itu adalah bayangan palsu. Pikiran adalah alat yang sangat bermanfaat. Engkau harus menggunakannya, tetapi jangan menjadi teridentifikasi dengannya. Ini adalah alat yang baik - perlu. Gunakan itu! Tapi janganlah merasa bahwa ENKAU adalah pikiran, karena begitu engkau mulai merasa bahwa engkau adalah pikiran, engkau tidak bisa lagi menggunakannya. Pikiran mulai menggunakan engkau. Lalu engkau hanya hanyut dalam pikiran.

Semua teknik meditasi adalah upaya untuk memberikanmu pandangan sekilas dari apa yang bukan pikiran. Jadi bagaimana untuk melampauinya? Bagaimana cara meninggalkannya dan melihatnya bahkan untuk satu saat saja?

Teknik pertama:

DEWI, BAYANGKAN HURUF-HURUF SANSEKERTA DI DALAM FOKUS-FOKUS KESADARAN YANG TERISI MADU INI, PERTAMA SEBAGAI HURUF, LALU LEBIH HALUSNYA SEBAGAI SUARA, LALU SEBAGAI PERASAAN YANG TERHALUS. LALU, KESAMPINGKAN MEREKA, JADILAH BEBAS.

Kata-kata adalah suara. Pikiran adalah kata-kata dalam urutan, dalam urutan yang logis, dalam pola tertentu. Suara adalah dasarnya. Dengan suara, kata-kata diciptakan, dan kemudian dengan kata-kata pikiran diciptakan, dan kemudian dengan pikiran, agama dan filsafat, semuanya. Jauh di dalamnya adalah suara.

Teknik ini menggunakan proses terbalik. Shiva mengatakan: BAYANGKAN HURUF-HURUF SANSEKERTA DI DALAM FOKUS-FOKUS KESADARAN YANG TERISI MADU INI, PERTAMA SEBAGAI HURUF, LALU LEBIH HALUSNYA SEBAGAI SUARA, LALU SEBAGAI PERASAAN YANG TERHALUS. LALU, KESAMPINGKAN MEREKA, JADILAH BEBAS.

Kita hidup dalam filsafat. Seseorang adalah umat Hindu, seseorang adalah umat Islam, seseorang adalah umat Kristen, atau yang lainnya. Kita hidup dalam banyak filsafat, sistem pemikiran, dan mereka telah menjadi begitu penting sehingga kita bisa mati untuk mereka. Manusia bisa mati untuk kata-kata, untuk kata-kata belaka. Seseorang menyebut agama/Tuhannya sebagai satu kebohongan, atau seseorang menyebut Rama atau seseorang menyebut Kristus atau sesuatu yang lain sebagai satu kebohongan - maka manusia dapat melawan, untuk satu kata belaka ia dapat membunuh yang lain. Kata telah menjadi begitu penting. Ini adalah omong kosong, tapi ini adalah sejarah dan kita masih bertingkah seperti ini.

Sebuah kata dapat menciptakan gangguan yang demikian besar di dalam dirimu hingga engkau siap untuk membunuh atau mati untuk itu. Kita tinggal dalam banyak filsafat, sistem pemikiran. Apakah filsafat itu? Pikiran yang diatur secara logis, sistematis, dalam satu pola. Dan apa itu pikiran? Kata-kata yang diatur dalam suatu sistem, penuh arti. Dan apa itu kata-kata? Suara, yang mana disepakati bahwa mereka berarti ini atau itu. Jadi suara adalah dasarnya; suara-suara adalah struktur dasar dari pikiran. Filosofi adalah puncaknya, tapi batu batanya adalah suara yang mana seluruh strukturnya dibangun menggunakannya.

Apa yang salah? Sebuah suara hanyalah sebuah suara, dan maknanya diberikan oleh kita, disepakati oleh kita; selain itu tidak ada artinya. Artinya diinvestasikan oleh kita, diproyeksikan oleh kita; kalau tidak "Rama" hanyalah satu suara - tidak ada artinya. Kita memberikan arti, dan kemudian kita membuat suatu sistem pemikiran di sekitarnya. Kemudian kata ini menjadi sangat penting, maka kita membuat filsafat di sekitarnya. Maka engkau dapat melakukan sesuatu, apa saja, untuk itu. Engkau bisa mati atau engkau dapat hidup untuk itu. Jika seseorang menghina suara ini "Rama," engkau bisa menjadi marah. Dan apakah ini? Hanya kesepakatan, perjanjian hukum bahwa "Kata ini berarti ini." Tidak ada kata yang berarti apa pun dalam dirinya sendiri, itu hanya suara.

Sutra ini mengatakan untuk memasukinya dalam urutan terbalik - berjalan mundur. Datang ke suara, kemudian, lebih mendasar dari suara, satu perasaan yang

tersembunyi di suatu tempat. Ini harus dipahami. Manusia menggunakan kata-kata. Kata berarti suara dengan makna yang disepakati. Tapi hewan, burung menggunakan suara tanpa makna bahasa. Mereka tidak memiliki bahasa apa pun, tapi mereka menggunakan suara dengan perasaan. Seekor burung bernyanyi: ia memiliki "perasaan" yang berarti di dalamnya, itu menunjukkan sesuatu. Itu mungkin panggilan untuk pasangan, untuk yang tercinta, atau mungkin panggilan untuk ibu, atau anak mungkin merasa lapar dan hanya menunjukkan kesusahannya. Itu menunjukkan sebuah perasaan.

Di atas suara ada kata-kata, pikiran, filsafat; di bawah suara ada perasaan. Dan kecuali engkau bisa berada di bawah perasaan, engkau tidak bisa berada di bawah pikiran. Seluruh dunia diisi dengan suara, hanya dunia manusia yang diisi dengan kata-kata. Dan bahkan seorang anak yang tidak bisa menggunakan bahasa menggunakan suara. Sungguh, seluruh bahasa dikembangkan karena suara-suara tertentu yang digunakan setiap anak di seluruh dunia.

Misalnya, dalam bahasa apapun kata 'ibu' entah bagaimana berhubungan dengan 'ma'. Itu mungkin 'mater (*mother*)', itu mungkin 'Mutter', itu mungkin 'mata', itu mungkin 'ma', - apa pun - tetapi di suatu tempat itu berkaitan dengan suara "ma" dalam semua bahasa, kurang atau lebih. Anak dapat mengucapkan "ma" dengan sangat mudahnya. Suara yang pertama yang seorang anak dapat ucapkan adalah "ma." Lalu seluruh struktur didasarkan pada "ma" ini. Seorang anak mengucapkan "ma" karena itu adalah suara pertama yang mudah baginya untuk diucapkan. Hal ini terjadi di mana saja, di setiap bagian dari dunia, di setiap saat. Hanya karena struktur tenggorokan dan tubuh, "ma" adalah suara yang paling mudah untuk diucapkan.

Dan ibu adalah yang terdekat dan orang pertama yang bermakna. Jadi suara pertama menjadi terkait dengan orang pertama yang bermakna, dan dari ibu ini, mater, mata, ma, semua kata-kata lainnya berasal. Tapi ketika anak untuk pertama kalinya mengucapkan "ma," ia tidak memiliki arti bahasa untuk itu, tapi satu perasaan itu ada. Dan karena perasaan itu, kata itu menjadi terkait dengan ibu. Perasaan itu lebih mendasar daripada suara.

Jadi Sutra ini mengatakan pertama untuk membayangkan huruf Sansekerta. Bahasa apa pun bisa. Karena Shiva sedang berbicara dengan Dewi Parwati, itulah mengapa dia mengatakan Sansekerta. Engkau dapat menggunakan bahasa Inggris atau Latin atau Arab, bahasa apapun jadi. Sansekerta tidak memiliki kepentingan kecuali bahwa Shiva sedang berbicara dengan Parvati dalam bahasa Sansekerta. Itu bukan berarti bahwa Sansekerta adalah sesuatu yang lebih unggul daripada bahasa lain, bahasa

apapun bisa. Pertama rasakan di dalam, dalam kesadaranmu, FOKUS-FOKUS KESADARAN YANG TERISI MADU diisi dengan huruf: A, B, C, D ... huruf mana pun dalam bahasa apa pun. Ini dapat dilakukan, dan ini adalah latihan yang sangat indah. Jika engkau ingin melakukan hal itu, tutup matamu dan lihatlah saja kesadaranmu di dalam terisi dengan kata-kata.

Pikirkan kesadaran sebagai sebuah papan tulis, kemudian: A, B, C ... Visualisasikan/bayangkan semua kata, semua huruf. Visualisasikan ini awalnya sebagai huruf-huruf. "A": lihatlah itu sebagai "A" saat engkau menuliskannya. Tulislah itu dengan kesadaran dan lihatlah itu. Kemudian segera, lupakan huruf "A" dan ingatlah saja suara "A" - hanya suaranya saja. Mulailah dengan visualisasi - karena mata adalah dominan bagi kita. Telinga tidak begitu dominan. Kita adalah terorientasi-mata, berpusat di mata. Sekali lagi, alasannya adalah sama. Karena mata membantu kita untuk bertahan hidup lebih dari apa pun, kesadaran kita adalah sembilan puluh persen di mata. Bayangkan dirimu tanpa mata, dan seluruh hidupmu akan mati – maka hanya satu bagian yang sangat kecil yang tersisa.

Jadi pertama visualisasikan/bayangkan. Gunakan matamu ke dalam dan lihatlah huruf-huruf. Huruf-huruf lebih terkait dengan telinga daripada mata karena mereka adalah suara, tetapi bagi kita, karena kita membaca, membaca, membaca, mereka menjadi terkait dengan mata. Pada dasarnya, mereka berkaitan dengan telinga - mereka adalah suara. Mulailah dengan mata, kemudian lupakan mata segera. Lalu pindah dari mata ke telinga. Pertama bayangkan mereka sebagai huruf, kemudian lihatlah mereka, dengar mereka LEBIH HALUSNYA SEBAGAI SUARA, LALU SEBAGAI PERASAAN YANG TERHALUS. Dan ini adalah latihan yang sangat indah.

Ketika engkau mengatakan "A", apa perasaannya? Engkau mungkin belum menyadari itu. Apakah perasaan dalam dirimu? Setiap kali engkau menggunakan suara apa pun, jenis perasaan apa yang muncul? Kita itu begitu tanpa-perasaan sehingga kita telah melupakannya. Ketika engkau melihat satu suara, apa yang terjadi di dalam? Engkau terus menggunakannya dan suaranya bahkan dilupakan. Engkau terus melihatnya. Jika aku mengatakan "A", engkau akan melihatnya terlebih dahulu. Dalam pikiranmu, "A" akan menjadi terlihat; engkau akan memvisualisasikan itu. Ketika aku mengatakan "A", jangan memvisualisasikan itu. Dengarlah saja suara "A", dan kemudian pergi dan cari tahu apa yang terjadi di pusat perasaanmu. Apakah tidak ada yang terjadi?

Shiva mengatakan, berpindahlah dari huruf ke suara, bukalah suara melalui huruf. Ungkapkan suara, dan kemudian, melalui suara juga, bukalah perasaan. Sadarilah

bagaimana perasaanmu. Mereka berkata bahwa manusia sekarang telah menjadi begitu tidak sensitif; ia adalah binatang yang paling tidak sensitif di bumi.

Aku membaca tentang satu penyair, seorang penyair Jerman, dan ia menceritakan satu kejadian masa kecilnya. Ayahnya adalah seorang pecinta kuda, jadi ia punya banyak kuda di rumah, sebuah kadang kuda yang besar, tapi dia tidak mengizinkan anak ini pergi ke kandang. Ia takut, karena anak itu sangat kecil. Tapi ketika ayahnya tidak ada, anak itu kadang-kadang akan mencuri-curi ke kandang di mana ia memiliki seorang teman – seekor kuda. Setiap kali anak itu akan masuk, kuda itu akan membunyikan beberapa suara.

Dan penyair itu telah menulis, "Lalu aku juga mulai membuat suara dengan kuda, karena tidak ada kemungkinan berbahasa. Kemudian, dalam komunikasi dengan kuda itu, untuk pertama kalinya aku menjadi sadar akan suara - kecantikan mereka, perasaan mereka".

Engkau tidak dapat menyadari ini dengan seorang manusia karena dia sudah mati. Seekor kuda itu lebih hidup, dan ia tidak memiliki bahasa. Dia memiliki suara murni. Dia terisi dengan hatinya, bukan dengan pikirannya. Sehingga penyair itu ingat, "Untuk pertama kalinya, aku menyadari keindahan suara dan makna mereka. Ini bukan arti dari kata-kata dan pikiran, tetapi sebuah makna yang diisi dengan perasaan." Jika orang lain ada di sana, kuda itu tidak akan membunyikan suara-suara itu, sehingga anak itu bisa mengerti apa yang dimaksud kuda itu, "Jangan masuk. Seseorang ada di sini dan ayahmu akan marah."

Ketika tidak ada orang, kuda itu akan membunyikan suara yang berarti, "Masuklah. Tidak ada orang disini." Jadi si penyair mengingatkannya bahwa "Itu adalah satu persekongkolan/konspirasi, dan dia sangat membantuku, kuda itu membantuku begitu banyak. Dan ketika aku akan pergi dan mengasihi kuda itu, ia akan menggerakkan kepalanya dengan cara tertentu ketika ia menyukainya. Ketika dia tidak menyukainya, dia tidak akan menggerakkan kepalanya dengan cara itu. Ketika ia menyukainya, maka itu adalah hal yang pasti, ia akan mengungkapkannya. Ketika dia tidak bersemangat, maka ia tidak akan bergerak dengan cara tertentu."

Dan penyair ini mengatakan, "Hal ini berlanjut selama bertahun-tahun. Aku akan pergi dan mengasihi kuda itu, dan cinta itu begitu dalam, aku tidak pernah merasakan ketertarikan dan menyayangi orang lain begitu dalamnya. Lalu suatu hari ketika aku sedang mengelus lehernya dan ia bergerak dan menikmatinya dengan kegirangan,

tiba-tiba untuk pertama kalinya aku menjadi sadar akan tanganku, bahwa aku sedang mengelus, dan kuda itu berhenti. Sekarang ia tidak mau menggerakkan lehernya." Dan penyair itu berkata, "Lalu untuk tahun-tahun aku mencoba dan mencoba, tapi tidak ada tanggapan, kuda itu tidak akan menjawab. Hanya belakangan aku menjadi sadar bahwa karena aku menjadi sadar akan tanganku dan diriku sendiri, egoku masuk dan komunikasinya terputus. Aku tidak bisa mengambil kembali komunikasi itu dengan kuda."

Apa yang telah terjadi? Itu adalah sebuah komunikasi perasaan. Di saat ego datang, kata-kata datang, bahasa datang, pikiran datang, maka lapisan tersebut berubah total. Sekarang engkau di atas suara; sebelumnya engkau berada di bawah suara. Suara-suara itu adalah perasaan, dan kuda bisa memahami perasaan. Sekarang dia tidak bisa mengerti, sehingga komunikasinya putus. Penyair itu mencoba dan mencoba - tapi tidak ada upaya yang berhasil karena bahkan usahamu adalah usaha dari egomu.

Dia berusaha melupakan tangannya, tapi dia tidak bisa melupakannya. Bagaimana engkau bisa melupakannya? Itu tidak mungkin. Dan semakin engkau mencoba untuk melupakannya, semakin engkau mengingat. Jadi engkau tidak bisa melupakan apa-apa dengan usaha. Usaha hanya akan lebih menekan ingatan. Penyair itu berkata, "aku menjadi terikat dengan tanganku; aku tidak bisa menggerakkan kuda itu. Aku akan pergi ke tanganku, dan kemudian tidak ada gerakan. Energi tidak akan pindah ke kuda itu dan ia menyadari hal ini."

Bagaimana kuda itu menyadarinya? Jika aku tiba-tiba mulai berbicara beberapa bahasa lain, maka komunikasi terputus, maka engkau tidak akan dapat mengerti aku. Dan jika bahasa ini tidak dikenal olehmu, engkau tiba-tiba akan berhenti karena sekarang bahasa itu asing bagimu. Dengan demikian, kuda itu berhenti.

Setiap anak hidup dengan perasaan. Pertama datang suara, maka suara-suara itu terisi dengan perasaan. Kemudian datang kata-kata, lalu pikiran, lalu sistem, agama, filsafat. Maka orang pergi jauh dan semakin jauh dari pusat perasaan.

Sutra ini mengatakan, kembali, turunlah - turun ke keadaan perasaan. Perasaan itu bukan pikiranmu: itulah sebabnya engkau takut akan perasaan. Engkau tidak takut akan penalaran. Engkau selalu takut akan perasaan karena perasaan dapat membawamu ke dalam kekacauan. Engkau tidak akan mampu untuk mengendalikan. Dengan akal/nalar, kendali ada di tanganmu; dengan kepala, engkau adalah kepala. Di bawah kepala engkau kehilangan kepala, engkau tidak dapat mengendalikan, engkau tidak dapat memanipulasi. Perasaan ada tepat di bawah pikiran –

penghubung antara engkau dan pikiran.

Kemudian Shiva mengatakan, LALU, KESAMPINGKAN MEREKA, JADILAH BEBAS. Maka tinggalkan perasaan. Dan ingat, hanya ketika engkau sampai ke lapisan terdalam dari perasaan engkau bisa meninggalkan mereka. Engkau tidak bisa meninggalkan mereka saat ini. Engkau tidak berada di lapisan terdalam dari perasaanmu, jadi bagaimana engkau bisa meninggalkan mereka? Pertama engkau harus meninggalkan filsafat - Hindu, Kristen, Islam - lalu engkau harus meninggalkan pikiran, lalu engkau harus meninggalkan kata-kata, lalu engkau harus meninggalkan huruf-huruf, lalu engkau harus meninggalkan suara, lalu engkau harus meninggalkan perasaan - karena engkau hanya dapat meninggalkan yang ada disana. Engkau dapat meninggalkan anak tangga dimana engkau sedang berdiri; engkau tidak bisa meninggalkan anak tangga di mana engkau tidak berdiri.

Engkau sedang berdiri di anak tangga filsafat, yang paling jauh. Itu sebabnya aku begitu bersikeras bahwa kecuali jika engkau meninggalkan agamamu, engkau tidak bisa beriman.

Sutra ini, teknik ini, dapat dilakukan dengan sangat mudah. Masalahnya itu bukan dengan perasaan, masalahnya adalah dengan kata-kata. Engkau dapat meninggalkan perasaan, seperti engkau dapat menanggalkan pakaian - seperti engkau bisa keluar dari pakaianmu. Engkau dapat membuang pakaianmu; engkau dapat meninggalkan perasaan dengan mudah seperti itu. Tapi saat ini engkau tidak bisa melakukannya, dan jika engkau mencoba untuk melakukannya, itu akan menjadi mustahil. Jadi lakukan langkah demi langkah.

Bayangkan huruf - A, B, C, D - kemudian ubahlah penekananmu dari huruf yang tertulis ke suara hati. Engkau bergerak ke dalam, permukaannya tertinggal di belakang. Engkau tenggelam ke dalam - kemudian rasakan perasaan apa yang datang melalui suara tertentu.

Karena teknik tersebut, India bisa menemukan banyak hal. Ia bisa menemukan suara apa yang terkait dengan perasaan tertentu. Karena sains itu, MANTRA dikembangkan. Suara tertentu berhubungan dengan perasaan tertentu, dan tidak pernah sebaliknya. Jadi, jika engkau membuat suara dalam dirimu/batinmu, perasaan itu akan dibuat. Engkau dapat menggunakan suara apa pun, dan kemudian perasaan yang terkait akan diciptakan di sekitarmu. Suara itu menciptakan ruang untuk diisi oleh perasaan tertentu.

Jadi jangan gunakan mantra mana saja, itu tidak baik; itu mungkin berbahaya bagimu. Kecuali jika engkau tahu, atau kecuali jika orang yang memberimu mantra itu tahu, suara tertentu apa yang menciptakan perasaan tertentu mana, dan apakah perasaan itu dibutuhkan olehmu atau tidak, jangan menggunakan mantra apapun. Ada mantra yang dikenal sebagai mantra kematian. Jika engkau mengulangi mereka, engkau akan mati dalam jangka waktu tertentu. Dalam periode tertentu engkau akan mati, karena mereka menciptakan dalam dirimu kerinduan untuk kematian.

Freud mengatakan bahwa manusia memiliki dua naluri dasar: libido - eros - kemauan untuk hidup, kemauan untuk menjadi, kemauan untuk melanjutkan, kemauan untuk tetap hidup. Dan Thanatos - kemauan untuk mati. Ada suara tertentu yang, jika engkau mengulangi mereka, keinginan untuk mati akan datang kepadamu. Kemudian engkau hanya ingin jatuh ke kematian. Ada suara yang memberikanmu eros - yang memberimu lebih banyak libido, yang memberimu lebih banyak nafsu untuk hidup, untuk menjadi. Jika engkau menciptakan suara-suara itu di dalam dirimu, perasaan tertentu itu akan membanjirimu. Ada suara yang memberikanmu perasaan damai dan tenang, ada suara yang menciptakan kemarahan. Jadi jangan menggunakan suara apa pun, mantra apa pun, kecuali itu diberikan kepadamu oleh seorang guru yang tahu apa yang akan terjadi melalui itu.

Ketika engkau turun dari suara, engkau akan menjadi sadar. Setiap suara memiliki pasangannya dalam perasaan. Setiap suara memiliki perasaan yang sesuai yang sejalan dengannya, hanya tersembunyi di baliknya. Kemudian bergeraklah ke perasaan; lupakan suara dan pindahlah ke perasaan. Hal ini sulit untuk dijelaskan, tapi engkau bisa melakukannya. Dan ada teknik untuk ini. Khususnya dalam Zen, ada tekniknya. Sebuah mantra tertentu akan diberikan kepada seorang murid. Jika ia melakukannya dengan benar dalam batin, sang guru bisa tahu dari wajahnya. Sang guru bisa tahu dari wajahnya apakah ia melakukannya dengan benar atau tidak karena perasaan tertentu akan datang. Jika suara diciptakan, maka perasaan pasti datang, dan itu akan terlihat di wajah. Engkau tidak bisa menipu seorang guru. Dia tahu dengan melihat wajahmu apa yang sedang terjadi di dalam.

Dozo adalah seorang guru yang besar, tapi ia sendiri merasa sangat terganggu, saat ia dulu menjadi seorang murid, tentang bagaimana gurunya bisa mengetahui apa yang ia sedang alami. Dan guru Zen bergerak dengan tongkatnya dan ia akan memukulmu segera. Jika ada yang salah dengan suaramu di dalam batin, dia akan memukulmu. Sehingga Dozo bertanya, "Tapi bagaimana engkau tahu? Dan engkau memukul aku tepat di saat yang tepat. Bagaimana engkau tahu?"

Wajah mengungkapkan perasaan, bukan suara. Suara tidak dapat dinyatakan dengan wajah, tetapi wajah pasti mengungkapkan perasaan. Dan semakin dalam engkau bergerak, semakin wajahmu menjadi fleksibel untuk mengungkapkan, lebih lentur. Ia segera menunjukkan apa yang terjadi di dalam. Wajah ini yang engkau miliki saat ini akan jatuh karena ini adalah topeng - ini bukan wajah. Ketika engkau bergerak ke dalam, topeng jatuh karena mereka tidak diperlukan. Topeng itu diperlukan untuk orang lain.

Karena itu, para guru-guru (mpu) tua bersikeras untuk bergerak menjauh dari dunia. Ini adalah agar engkau bisa menjauh dari topengmu dengan mudahnya; jika tidak, orang lain akan berada di sana, dan karena mereka engkau harus membawa topeng. Engkau tidak mencintai istri atau suamimu, tetapi engkau harus membawa topeng – wajah yang penuh kasih, wajah palsu yang penuh kasih. Saat engkau memasuki rumah, engkau mengatur wajahmu: engkau masuk dan engkau mulai tertawa. Ini bukan wajahmu.

Guru Zen bersikeras bahwa pertama kita harus mencapai wajah aslinya, karena dengan wajah asli segalanya menjadi mudah. Kemudian guru bisa tahu dengan mudah apa yang terjadi. Maka pencerahan tidak pernah dilaporkan. Jika beberapa murid mencapai pencerahan, dia tidak melaporkan kepada guru bahwa ia telah mencapainya karena gurunya akan tahu begitu saja. Dia akan memberitahu murid itu. Tidak ada murid yang diizinkan untuk memberitahu guru, "aku telah mencapainya." Tidak perlu. Wajah akan menunjukkannya, mata akan menunjukkannya, gerakan, cara berjalan, akan menunjukkannya. Apapun yang ia lakukan, setiap gerakan akan menunjukkan bahwa ia telah mencapainya.

Ketika engkau bergerak dari suara ke perasaan, engkau bergerak ke dunia yang sangat, sangat gembira, sebuah dunia yang hidup. Engkau menjauh dari pikiran. Perasaan adalah hidup; itulah apa arti kata itu - engkau merasakannya. Engkau tidak dapat melihat mereka, engkau tidak dapat mendengar mereka, engkau hanya merasakannya. Ketika engkau datang ke titik ini, engkau dapat melompat. Ini adalah langkah terakhir. Sekarang engkau berdiri di dekat sebuah jurang; engkau bisa melompat.

Dan jika engkau melompat dari perasaan, engkau melompat ke dirimu sendiri. Jurang itu adalah engkau - bukan sebagai pikiranmu, tapi sebagai keberadaanmu; bukan sebagai akumulasi masa lalu, tetapi sebagai saat ini, di sini dan sekarang.

Engkau bergerak dari pikiran ke keberadaan, dan jembatannya, penghubungnya,

adalah perasaan. Tapi untuk datang ke perasaan engkau akan harus meninggalkan banyak hal - kata-kata, suara, seluruh penipuan pikiran. LALU, KESAMPINGKAN MEREKA, JADILAH BEBAS.

Engkau ADALAH bebas. Pepatah ini, JADILAH BEBAS, tidak berarti bahwa engkau harus melakukan sesuatu untuk menjadi bebas. LALU, KESAMPINGKAN MEREKA, JADILAH BEBAS berarti engkau bebas! Keberadaan adalah kebebasan; pikiran adalah perbudakan. Itulah mengapa dikatakan bahwa pikiran adalah Sansara (samsara), dunia.

Jangan meninggalkan dunia ... engkau tidak bisa meninggalkan itu. Jika pikiran ada, engkau akan menciptakan dunia lain; benih itu ada. Engkau dapat pindah ke gunung, ke pengasingan, tetapi engkau akan berpindah dengan pikiran; engkau tidak bisa meninggalkannya di sini. Dunia bergerak denganmu, engkau akan menciptakan dunia lain. Bahkan dalam pengasinganmu engkau akan mulai membuatnya lagi, karena benihnya ada. Engkau akan menciptakan hubungan lagi. Mungkin dengan pohon-pohon, mungkin dengan burung, tetapi engkau akan menciptakan hubungan lagi, engkau akan menciptakan harapan lagi, dan engkau akan terus menyebarkan jalannya karena benihnya ada disana. Engkau akan lagi-lagi berada di dunia.

Pikiran adalah dunia, dan engkau tidak bisa meninggalkan pikiran di mana saja. Engkau dapat meninggalkannya hanya jika engkau bergerak ke dalam. Maka Himalaya satu-satunya adalah ini; tidak ada Himalaya lain yang bisa melakukannya. Jika engkau bergerak di dalam dari kata-kata ke perasaan, dan dari perasaan ke keberadaan, engkau bergerak menjauh dari dunia. Dan setelah engkau tahu jurang keberadaan di dalam ini, maka engkau bisa berada di mana saja, bahkan di neraka. Maka tidak ada bedanya. Tidak ada bedanya kemudian! Jika engkau tanpa pikiran, neraka tidak bisa memasukimu, dan dengan pikiran HANYA neraka yang masuk. Pikiran adalah pintu ke neraka.

KESAMPINGKAN MEREKA, JADILAH BEBAS. Tapi jangan mencoba langsung dengan perasaan, engkau tidak akan berhasil. Cobalah terlebih dahulu dengan kata-kata. Tapi dengan kata-kata juga engkau tidak akan berhasil jika engkau tidak meninggalkan filsafat, jika engkau tidak meninggalkan pikiran. Kata-kata hanyalah satuan - dan jika engkau memberikan makna kepada kata-kata, engkau tidak bisa meninggalkan mereka.

Ketahuiilah dengan baik bahwa bahasa adalah ciptaan manusia. Hal ini bermanfaat, perlu, dan makna yang telah kita berikan kepada suara adalah ciptaan kita sendiri.

Jika engkau dapat memahami hal ini dengan baik, maka engkau dapat bergerak dengan mudah. Jika seseorang mengatakan sesuatu melawan Al-Quran, atau melawan Veda, bagaimana perasaanmu? Bisakah engkau tertawa tentang hal itu atau apakah sesuatu mencengkram dalam dirimu? Dapatkah engkau tertawa tentang hal itu? Seseorang menghina Gita atau seseorang mengatakan sesuatu yang menghina terhadap Krishna atau Rama atau Kristus - dapatkah engkau tertawa? Dapatkah engkau melihat menembus kata-kata, bahwa ini adalah kata-kata belaka? Tidak, engkau akan terluka. Maka itu adalah sulit untuk meninggalkan kata-kata.

Lihatlah bahwa kata-kata hanyalah kata-kata - kebisingan dengan makna yang disepakati dan tidak ada yang lain. Yakinlah akan itu. Dan itu adalah demikian! Pertama menjadi terlepas dari kata-kata. Jika ada pelepasan dari kata-kata, maka engkau dapat memahami bahwa ini hanyalah suara.

Hal ini sama seperti dalam militer di mana mereka menggunakan angka. Seorang tentara adalah nomor 101: dia bisa menjadi teridentifikasi dengan '101'. Dan jika seseorang mengatakan sesuatu yang menghina terhadap nomor 101, dia akan merasa terhina, ia akan mulai berkelahi. Dan '101' itu hanya nomor, tetapi ia telah menjadi teridentifikasi dengannya. Namamu hanyalah satu nomor, hanya satu nomor indeks. Semua akan menjadi sulit jika tidak diberi nomor, jadi kita harus memberimu label. Itu hanya satu label; label lain dapat melakukan hal yang sama. Tapi itu bukan hanya label untukmu, itu sudah mendalam; namamu telah menjadi pusat egomu.

Jadi mereka berkata, yang-disebut orang-orang bijak, mereka berkata, "Hiduplah untuk namamu. Lihatlah/jagalah namamu tetap murni. Kehormatan namamu harus ada, dan bahkan jika engkau mati namamu akan tetap hidup." Itu tidak pernah ada, itu hanya satu nomor kode. Engkau akan mati dan nama itu akan tetap hidup ... Ketika engkau sendiri tidak bisa hidup, bagaimana label itu akan hidup?

Lihatlah kata-kata - lihat pada kesia-siaan mereka, tanpa artinya mereka, dan jangan menjadi melekat pada kata apapun. Hanya dengan demikian maka engkau dapat melakukan teknik ini.

Teknik kedua:

MANDI DI PUSAT SUARA, SEPERTI DI DALAM SUARA AIR TERJUN YANG TERUS MENERUS. ATAU DENGAN MENEMPATKAN JARI-JARI DI TELINGA, DENGARKAN SUARA DARI SUARA.

Teknik ini dapat dilakukan dengan banyak cara. Satu caranya untuk memulai adalah

dengan hanya duduk di mana saja. Suara itu selalu hadir. Itu mungkin di pasar atau mungkin di pengasingan Himalaya: suara ada disana. Duduklah dengan diam, dan dengan suara ada sesuatu yang sangat istimewa. Setiap kali ada suara, engkau adalah pusatnya. Semua suara datang kepadamu dari mana-mana, dari segala arah.

Dengan penglihatan, dengan mata, ini tidak demikian. Penglihatan itu garis lurus. Aku melihat engkau - maka ada garis ke arahmu. Suara itu melingkar, itu bukan garis lurus. Jadi semua suara datang dalam lingkaran dan engkau adalah pusatnya. Di mana pun engkau berada, engkau selalu menjadi pusat suara. Untuk suara, engkau selalu adalah Tuhan, pusat keseluruhan alam semesta. Setiap suara datang kepadamu, bergerak ke arahmu, dalam lingkaran.

Teknik ini berkata, MANDI DI PUSAT SUARA. Di mana pun engkau berada, jika engkau melakukan teknik ini, tutuplah saja matamu dan rasakan seluruh alam semesta diisi dengan suara. Rasakan seolah-olah setiap suara bergerak ke arahmu dan engkau adalah pusatnya. Bahkan perasaan ini bahwa engkau adalah pusatnya akan memberikanmu rasa damai yang sangat mendalam. Seluruh alam semesta menjadi sebuah lingkaran dan engkau adalah pusatnya, dan semuanya bergerak ke arahmu, jatuh ke arahmu.

... SEPERTI DI DALAM SUARA AIR TERJUN YANG TERUS MENERUS. Jika engkau sedang duduk di sisi sebuah air terjun, tutuplah matamu dan rasakan suara di sekitarmu, jatuh kepadamu dari setiap sisi, menciptakan sebuah pusat dalam dirimu dari segala sisi. Mengapa penekanan pada perasaan bahwa engkau berada di pusatnya? Karena di dalam pusat tidak ada suara. Pusat ini tanpa suara, itu sebabnya engkau dapat mendengar suara; jika tidak engkau tidak bisa mendengar mereka. Suara tidak dapat mendengar suara lain. Karena engkau tanpa suara dalam pusatmu, engkau dapat mendengar suara. Pusatnya adalah keheningan mutlak. Itulah mengapa engkau dapat mendengar suara memasukimu, datang kepadamu, menembusmu, melingkarimu.

Jika engkau dapat menemukan di mana pusat itu, di mana daerah/bidang dalam dirimu ke mana setiap suara akan datang, tiba-tiba suara akan menghilang dan engkau akan masuk ke dalam kondisi tanpa-suara. Jika engkau bisa merasakan satu pusat di mana setiap suara didengar, maka ada pemindahan mendadak dari kesadaran. Satu saat engkau akan mendengarkan seluruh dunia diisi dengan suara, dan satu saat lain kesadaranmu akan tiba-tiba masuk dan engkau akan mendengarkan ketanpa-suaraan, pusat kehidupan.

Sekali engkau telah mendengar itu, maka tidak ada suara dapat menggonggumu. Ia datang kepadamu, tetapi tidak pernah mencapai engkau. Itu selalu datang kepadamu, tetapi tidak pernah mencapai engkau. Ada satu titik di mana tidak ada suara masuk. Titik itu adalah ENKKAU. Lakukan itu di pasar, tidak ada tempat lain seperti pasar. Itu begitu banyak terisi dengan suara, suara-suara gila. Tapi jangan mulai berpikir tentang suara - bahwa ini baik dan itu buruk, dan ini mengganggu dan itu sangat indah dan harmonis. Engkau tidak seharusnya berpikir tentang suara, engkau hanya harus memikirkan pusat. Engkau tidak seharusnya berpikir tentang setiap suara yang bergerak ke arahmu - apakah itu baik, buruk, indah. Engkau hanya mengingat bahwa engkau adalah pusatnya dan semua suara bergerak ke arahmu - setiap suara, apapun jenisnya.

Pada awalnya engkau akan pusing karena engkau belum mendengar apa pun yang terjadi di sekitarmu. Pendengaranmu selektif, penglihatanmu selektif. Dan sekarang penelitian ilmiah mengatakan bahwa sembilan puluh delapan persen itu tidak terdengar, hanya dua persen dari apa pun yang terjadi di sekitarmu yang didengar. Jika tidak, jika engkau mendengar seratus persen dari apa yang terjadi di sekitarmu, engkau akan menjadi gila. Sebelumnya, itu diduga bahwa indra adalah pintu, bukaan, jendela bagi yang di luar untuk masuk ke dalam. Sekarang mereka berkata bahwa indra itu bukan pintu, dan mereka tidak seterbuka seperti yang diduga. Sebaliknya, mereka seperti seorang penjaga, sebuah sensor, yang setiap saat mengawasi apa yang diperbolehkan masuk atau tidak.

Hanya dua persen dari semua kejadian yang diperbolehkan masuk - dan engkau sudah gila dengan dua persen. Dengan seratus persen, dengan total pembukaan, dengan segala sesuatu dibuka, setiap indra dibuka, berfungsi, dan segala sesuatu diperbolehkan masuk, engkau akan menjadi gila. Jadi, ketika engkau mencoba metode ini, pada langkah pertama engkau akan merasa kepusingan terjadi padamu. Jangan takut, terus rasakan pusatnya - dan biarkan segala sesuatu, apapun yang terjadi. Biarkan segala sesuatu untuk bergerak masuk.

Tenangkan dirimu, kendurkan/longgarkan menara pengawasmu, indramu; tenangkan segala sesuatu, biarkan semuanya memasukimu. Engkau telah menjadi lebih cair, terbuka; semuanya datang kepadamu, semua suara bergerak menuju engkau. Kemudian bergerak dengan suara, dan datang ke pusat di mana engkau mendengar mereka.

Suara tidak terdengar di telinga, telinga tidak bisa mendengar mereka. Telinga hanya melakukan pekerjaan transmisi/penyaluran, dan dalam penyaluran mereka

membuang banyak yang berguna untukmu. Mereka memilih, mereka menyeleksi, dan lalu suara Sansekerta itu memasukimu. Sekarang cari tahulah dalam batin, di manakah pusatmu. Telinga bukan pusatnya, engkau mendengar dari suatu tempat di dalam. Telinga hanya mengirimkanmu suara yang telah dipilih. Dimana engkau? Dimanakah pusatmu?

Jika engkau berlatih dengan suara, maka cepat atau lambat engkau akan terkejut - karena pusatnya bukan di kepala. Tampaknya ada di kepala karena engkau belum pernah mendengar suara, engkau telah mendengar hanya kata-kata. Dengan kata-kata kepala adalah pusatnya, dengan suara itu bukan pusatnya. Itulah sebabnya di Jepang mereka mengatakan bahwa manusia berpikir tidak melalui kepala, tetapi melalui perut - karena mereka telah berlatih dengan suara untuk waktu yang lama.

Engkau telah melihat di setiap kuil ada sebuah gong. Gong ditempatkan di sana untuk menciptakan suara di sekitar seorang pencari. Seseorang bermeditasi, dan gong dibunyikan atau bel berbunyi. Suatu gangguan tampaknya telah diciptakan oleh suara bel itu; seseorang bermeditasi, dan lonceng atau gong ini tampaknya mengganggu. Dalam sebuah kuil, setiap pengunjung yang datang akan memukul gong atau membunyikan bel. Dengan seseorang sedang bermeditasi di sana, ini tampaknya akan menjadi gangguan yang terus menerus. Tapi itu tidak, karena orang itu menunggu suara ini.

Jadi setiap pengunjung itu membantu. Lagi-lagi lonceng dipukul, dan suara diciptakan dan meditator lagi-lagi memasuki dirinya sendiri. Dia melihat ke pusatnya, kemana suara ini pergi ke dalam. Ada satu pukulan pada lonceng – satu pengunjung telah melakukan itu. Sekarang pukulan kedua akan berada di dalam meditator, suatu tempat di dalam. Dimanakah itu? Suara selalu mengenai perut, di pusat, tidak pernah di kepala. Jika itu mengenai kepala, engkau dapat mengerti dengan baik bahwa itu bukan suara, itu adalah kata-kata. Maka engkau telah mulai berpikir tentang suara. Maka kemurniannya hilang.

Sekarang ada banyak penelitian tentang bayi di dalam kandungan. Mereka juga terkena suara dan mereka bereaksi terhadap suara. Mereka tidak bisa bereaksi terhadap bahasa. Mereka belum memiliki kepala, mereka tidak memiliki penalaran, dan mereka belum tahu bahasa dan kebiasaan masyarakat yang disetujui. Mereka tidak tahu tentang bahasa, tetapi mereka mendengar suara. Dan setiap suara mempengaruhi bayi lebih daripada itu mempengaruhi ibu, karena ibu tidak bisa mendengar suara - ia mendengar kata-kata. Dan kita menciptakan suara marah, kacau, dan suara-suara itu mengenai bayi-bayi yang belum lahir. Mereka akan lahir

gila; engkau telah mengganggu mereka terlalu banyak.

Bahkan tanaman dipengaruhi oleh suara. Mereka tumbuh lebih jika beberapa suara musik dibuat di sekitar mereka; mereka kurang tumbuh jika beberapa suara kacau diciptakan sekitar mereka. Engkau dapat membantu mereka untuk tumbuh. Engkau dapat membantu mereka dalam banyak cara melalui suara.

Sekarang mereka mengatakan bahwa karena keramaian lalu lintas - yang tidak harmonis dan tidak akan pernah bisa harmonis - manusia akan menjadi gila, dan tampaknya bahwa batasnya telah tercapai. Jika itu semakin parah, maka tidak ada harapan untuk manusia. Suara ini mengenaimu terus-menerus, tetapi jika engkau berpikir tentang mereka mereka akan mengenai kepalamu, dan itu bukan pusatnya: pusat adalah pusatnya. Jadi jangan berpikir tentang mereka.

Semua mantra adalah suara yang tidak berarti. Dan jika beberapa master mengatakan bahwa "ini adalah arti dari mantra ini," maka itu bukan mantra sama sekali. Sebuah mantra harus, karena kebutuhan, tanpa arti. Ia memiliki beberapa pekerjaan, tapi tidak ada artinya. Ia harus melakukan sesuatu di dalam dirimu, tapi itu tidak memiliki arti karena itu harus menjadi satu suara murni dalam dirimu. Itulah sebabnya kita mengembangkan mantra AUM. Itu tidak memiliki arti, itu hanya suara murni. Jika suara murni ini diciptakan dalam dirimu, jika engkau dapat menciptakannya di dalam, maka teknik yang sama juga dapat digunakan.

MANDI DI PUSAT SUARA, SEPERTI DI DALAM SUARA AIR TERJUN YANG TERUS MENERUS. ATAU, DENGAN MENEMPATKAN JARI-JARI DI TELINGA, DENGARKAN SUARA DARI SUARA. Engkau dapat membuat suara hanya dengan menggunakan jarimu, atau dengan apa pun yang menutup telingamu secara paksa. Kemudian suara tertentu akan terdengar. Suara apa itu, dan mengapa engkau mendengarnya ketika telinga ditutup, ketika telingamu disumpal?

Itu terjadi di Amerika, bahwa satu kereta api melewati lingkungan tertentu di tengah malam, sekitar pukul 02:00 pagi. Sebuah jalur baru telah diresmikan dan kereta berhenti bergerak di atas jalur lama. Tapi fenomena yang sangat aneh terjadi. Orang-orang yang tinggal di lingkungan di mana kereta telah berhenti bergerak mengeluh kepada polisi bahwa pada sekitar 2:00 pagi sesuatu yang misterius terdengar. Ada begitu banyak laporan, sehingga harus diselidiki apa yang terjadi. Suara-suara aneh terdengar di sekitar jam dua pagi. Suara-suara itu tidak pernah terdengar ketika kereta itu lewat; orang-orang itu telah menjadi terbiasa dengan kereta itu. Sekarang tiba-tiba kereta berhenti. Mereka sedang menunggu untuk mendengarnya dalam tidur mereka;

mereka telah terbiasa untuk itu, terkondisi. Mereka sedang menunggu, dan suaranya tidak ada. Ketidakhadirannya terdengar, dan ketidakhadirannya ini adalah sesuatu yang baru. Mereka merasa tidak nyaman tentang hal itu, mereka tidak bisa tidur.

Jadi untuk pertama kalinya itu dipahami bahwa jika engkau terus-menerus mendengar sesuatu dan itu berhenti, engkau akan mendengar ketidakhadirannya. Jadi jangan berpikir bahwa engkau akan hanya tidak mendengarnya. Engkau akan mendengar ketidakhadirannya, bagian negatif dari itu akan didengar. Jika aku melihat engkau, dan kemudian jika aku menutup mataku, aku melihat negatimu. Jika engkau melihat ke jendela dan kemudian menutup matamu, engkau akan melihat negatif dari jendela, dan negatif itu bisa begitu kuatnya sehingga jika engkau tiba-tiba melihat dinding, negatif itu akan diproyeksikan pada dinding. Engkau akan melihat negatinya.

Sama seperti ada negatif dari foto-foto, ada suara negatif. Tidak hanya mata yang dapat melihat negatif, telinga bahkan dapat mendengar negatif. Jadi, ketika engkau menutup telingamu, engkau mendengar dunia suara yang negatif. Semua suara telah berhenti. Tiba-tiba suara baru terdengar. Suara ini adalah ketidakhadiran suara. Sebuah kesenjangan telah masuk. Engkau kehilangan sesuatu, dan kemudian engkau mendengar ketidakhadirannya ini.

ATAU, DENGAN MENEMPATKAN JARI-JARI DI TELINGA, DENGARKAN SUARA DARI SUARA. Suara negatif itu dikenal sebagai suara dari suara - karena itu bukan benar-benar suara, tapi ketidakhadirannya. Atau, itu adalah suara alami, karena tidak diciptakan oleh apa pun.

Semua suara itu diciptakan. Suara yang engkau dengar saat engkau menutup telingamu bukan suara yang diciptakan. Jika seluruh dunia menjadi benar-benar diam, maka engkau akan mendengar keheningan juga. Pascal diceritakan telah mengatakan, "Di saat aku berpikir tentang alam semesta yang tak terbatas, keheningan dari alam semesta tak terhingga membuatku sangat takut." Keheningan membuat dia takut karena suara hanya ada di bumi. Suara perlu atmosfer. Saat engkau melampaui atmosfer bumi disana tidak ada suara - hanya keheningan mutlak. Keheningan itu dapat engkau buat bahkan di bumi, jika engkau menutup kedua telingamu sepenuhnya. Maka engkau berada di bumi, tetapi engkau telah berpindah; engkau telah masuk di bawah suara.

Astronot sedang dilatih untuk banyak hal, dan satu hal adalah untuk berada dalam keheningan. Mereka harus dilatih dalam ruangan yang sunyi/hening sehingga mereka menjadi terbiasa dengan ke-tanpa-suara-an; jika tidak mereka akan menjadi gila.

Banyak masalah menghadapi mereka, dan ini adalah salah satu masalah yang paling dalam: bagaimana menjadi jauh dari suara dunia manusia. Maka engkau menjadi terisolasi.

Jika engkau tersesat di hutan dan engkau mendengar kata tertentu, engkau mungkin tidak tahu sumbernya tetapi engkau tidak terlalu takut. Seseorang ada disana! Engkau tidak sendiri! Dalam ke-tanpa-suara-an, engkau sendirian. Di tengah orang banyak, jika engkau menutup kedua telingamu dan bergerak ke dalam, engkau sendirian. Kerumunan orang telah menghilang, karena melalui suaralah engkau bisa tahu orang lain berada di sana.

MENEMPATKAN JARI-JARI DI TELINGA, DENGARKAN SUARA DARI SUARA. Ketidakhadiran dari suara adalah pengalaman yang sangat halus. Apa yang akan diberikan kepadamu? Saat tidak ada suara, engkau jatuh kembali pada diri sendiri. Dengan suara kita menjauh, dengan suara kita bergerak ke yang lain. Cobalah untuk mengerti ini: dengan suara kita berhubungan dengan yang lain, kita berkomunikasi dengan yang lain.

Jadi, bahkan orang buta tidak mengalami begitu banyak kesulitan dibandingkan orang yang tidak dapat berbicara, yang bisu. Mengamati orang yang bisu: dia tampaknya tidak manusiawi. Seorang pria buta tidak pernah terlihat tidak manusiawi, tetapi orang bisu terlihat tidak manusiawi; wajahnya memberikan perasaan dari sesuatu yang bukan manusia. Dan orang bisu mengalami lebih banyak kesulitan daripada orang buta. Dengan orang buta masalahnya adalah bahwa ia tidak bisa melihat, tapi dia bisa berkomunikasi. Dia bisa menjadi bagian dari umat manusia yang lebih besar, ia bisa menjadi bagian dari masyarakat, dari sebuah keluarga; ia bisa mencintai, ia dapat berbicara. Seorang pria bisu tiba-tiba keluar dari masyarakat. Dia tidak bisa berbicara, ia tidak bisa berkomunikasi, dia tidak bisa mengungkapkan.

Coba bayangkan dirimu berada di ruang kaca ber-AC, ruang kedap suara. Tidak ada suara bisa masuk kepadamu, dan engkau tidak bisa berteriak, engkau tidak dapat melakukan apa-apa untuk mengekspresikan dirimu, suara tidak akan tembus keluar. Dalam sebuah ruang kaca engkau dapat melihat seluruh dunia yang bergerak di sekitarmu, tapi engkau tidak bisa berbicara dengan mereka maupun mereka tidak dapat berbicara dengamu. Engkau akan merasa putus asa dan frustrasi, dan semuanya akan menjadi satu mimpi buruk.

Seorang pria bisu berada dalam mimpi buruk terus menerus. Tanpa berkomunikasi dia bukan bagian dari umat manusia. Tanpa ekspresi ia tidak bisa berkembang. Dia

tidak bisa mencapai siapa pun dan tidak ada yang bisa mencapainya. Dia bersamamu dan begitu jauh, dan keterpisahannya tak terjangkau.

Jika suara adalah kendaraan untuk bergerak ke yang lain, maka ke-tanpa-suara-an menjadi kendaraan untuk bergerak ke diri sendiri. Dengan suara engkau berkomunikasi dengan yang lain; dengan ke-tanpa-suara-an engkau masuk ke dalam ruang dirimu sendiri, ke dalam dirimu sendiri. Itulah mengapa begitu banyak teknik menggunakan ke-tanpa-suara-an untuk bergerak ke dalam.

Jadilah benar-benar bisu dan tuli - bahkan jika hanya untuk beberapa saat - dan engkau tidak bisa pergi ke mana pun selain ke dalam dirimu sendiri. Tiba-tiba engkau akan menemukan bahwa engkau berdiri di dalam; tidak ada gerakan yang mungkin. Itulah sebabnya keheningan begitu banyak dipraktekkan. Di dalam keheningan, semua jembatan untuk bergerak ke yang lain putus.

Gurdjieff dulu seringkali memberikan waktu diam yang lama kepada murid-muridnya, dan kemudian ia akan bersikeras bahwa tidak hanya bahasa yang tidak digunakan, tapi juga tidak ada komunikasi, tidak ada gerakan - tidak dengan mata maupun tangan. Tidak ada komunikasi yang boleh digunakan. Diam berarti TANPA komunikasi. Jadi dia akan memaksa kelompoknya untuk tinggal di sebuah rumah - dua puluh, tiga puluh atau empat puluh orang dalam satu bungalow, dalam satu rumah - dan kemudian dia akan berkata, "Tinggallah di sini di rumah ini seperti seolah-olah engkau sendiri. Engkau tidak bisa pergi keluar." Empat puluh orang akan berada di sana, dan dia akan berkata, "Bergeraklah di dalam rumah, tinggal di rumah seperti jika engkau sendirian. Tidak ada komunikasi! Jangan menanggapi bahwa yang lain ada, bahkan tidak dengan mata. Bergeraklah sepenuhnya seolah-olah engkau adalah satu-satunya orang yang tinggal di dalam rumah." Dengan tiga bulan hidup dengan cara ini, benar-benar bisu dan tuli, tanpa kemungkinan berkomunikasi, tidak akan ada kemungkinan untuk bergerak keluar.

Aku tidak tahu apakah engkau pernah mengamatinya atau tidak, tetapi dalam masyarakat mereka yang bisa bicara banyak menjadi menonjol; mereka yang dapat mengkomunikasikan pikiran mereka dengan mudah menjadi pemimpin - agama, politik, sastra, bidang mana pun. Mereka yang dapat mengkomunikasikan pikiran mereka, mereka yang dapat berbicara secara efisien, mereka menjadi pemimpin. Mengapa? Mereka dapat menjangkau lebih banyak orang, mereka dapat menjangkau massa yang lebih besar.

Apakah engkau pernah mendengar tentang orang bisu yang menjadi pemimpin?

Engkau dapat menemukan orang buta menjadi seorang pemimpin; tidak ada masalah. Dan kadang-kadang ia bisa menjadi seorang pemimpin besar, karena semua itu tidak dilakukan oleh matanya, semua energinya akan ditransfer ke telinganya. Tapi orang bisu tidak bisa menjadi pemimpin dalam bidang kehidupan mana pun. Dia tidak bisa berkomunikasi, ia tidak bisa menjadi sosial.

Masyarakat adalah bahasa. Bahasa adalah dasar untuk keberadaan sosial – untuk hubungan. Jika engkau meninggalkan bahasa, engkau sendirian. Dunia mungkin diisi dengan jutaan, tetapi jika engkau kehilangan bahasa engkau sendirian.

Meher Baba (Guru Osho saat ia anak-anak) tinggal terus menerus selama empat puluh tahun dalam keheningan. Apa yang dia lakukan dalam diam? Sungguh, engkau tidak dapat melakukan apa pun dalam diam karena setiap tindakan entah bagaimana berhubungan dengan orang lain. Bahkan di dalam imajinasi, jika engkau melakukan sesuatu engkau akan harus membayangkan orang lain; engkau tidak bisa melakukannya sendiri. Jika engkau benar-benar sendirian, tindakan menjadi tidak mungkin. Bahkan imajinasi untuk bertindak menjadi tidak mungkin. Tindakan berhubungan dengan orang lain. Jika engkau menjatuhkan bahasa di dalam, semua tindakan, aksi jatuh. Engkau ada, tetapi engkau tidak melakukan apapun.

Meher Baba akan memberitahu murid-muridnya, dengan menulis sebuah catatan, "Pada tanggal tertentu ini saya akan memecahkan kesunyianku," dan kemudian ia tidak akan melakukannya. Hal ini berlangsung selama empat puluh tahun, lalu ia meninggal dalam diam. Apa masalahnya? Mengapa ia harus mengatakan, "Sekarang, tahun ini, pada hari ini, pada tanggal ini, aku akan berbicara?" Dan mengapa dia harus menundanya lagi? Apa yang terjadi di dalam? Mengapa dia tidak akan menepati janjinya?

Sekali engkau mengenal kesunyian untuk waktu yang begitu lama, engkau tidak dapat kembali lagi ke suara; itu menjadi mustahil. Ada satu aturan, dan ia tidak mengikuti aturan itu sehingga ia tidak bisa kembali. Ada satu aturan bahwa orang seharusnya tidak tinggal dalam diam selama lebih dari tiga tahun. Sekali engkau melewati batasnya, engkau tidak bisa kembali ke dunia suara. Engkau dapat mencoba, tetapi itu tidak mungkin. Sangat mudah untuk berpindah dari suara ke kesunyian, tapi sangat sulit untuk bergerak dari kesunyian ke suara. Setelah tiga tahun banyak hal menjadi tidak mungkin. Mekanismenya tidak dapat berfungsi dengan cara yang sama lagi. Itu harus digunakan terus-menerus; paling banyak, orang dapat tetap diam selama tiga tahun. Di luar itu, jika engkau tetap diam mekanisme yang dapat menghasilkan suara dan kata-kata tidak bisa digunakan lagi, itu menjadi mati.

Kedua, orang itu menjadi begitu diam tinggal dalam dirinya sendiri sehingga itu akan menjadi kesengsaraan untuk berkomunikasi. Kemudian untuk mengatakan sesuatu kepada seseorang akan menjadi seperti berbicara dengan tembok, karena orang yang telah tinggal diam untuk waktu yang lama tahu bahwa engkau tidak dapat mengerti apapun yang ia ingin katakan. Terlepas dari apa yang dia katakan, dia tahu dia tidak mengatakan apa yang ingin ia katakan. Semuanya telah pergi. Setelah keheningan yang begitu mendalam, ia tidak bisa bergerak lagi ke dunia suara.

Jadi Meher Baba mencoba dan mencoba, tapi ia tidak bisa membawa dirinya untuk berbicara lagi. Dia ingin mengatakan sesuatu, dan ia memiliki sesuatu yang layak dikatakan, tapi mekanisme dan gerakan yang diperlukan untuk kembali ke alam yang lebih rendah menjadi tidak mungkin. Dengan demikian, ia meninggal tanpa mengatakan apa yang ia ingin katakan.

Akan membantu untuk memahami hal ini: apapun yang engkau lakukan, selalu terus lakukan yang berlawanan dengannya. Teruslah berubah ke yang berlawanan selalu. Tinggal dalam diam selama beberapa jam, kemudian berbicara. Jangan menjadi terikat tetap dalam apa pun - engkau akan menjadi lebih hidup dan lebih bergerak. Lakukan meditasi selama beberapa hari, dan kemudian berhenti tiba-tiba dan lakukan segala sesuatu yang dapat menciptakan ketegangan dalam dirimu. Kemudian pindah lagi ke meditasi.

Teruslah bergerak antara yang berlawanan, engkau akan lebih hidup dan dinamis. Jangan terikat. Sekali engkau terikat, engkau tidak akan mampu bergerak ke ekstrem yang lainnya, dan kemampuan untuk pindah ke ekstrem yang lain berarti hidup. Jika engkau tidak mampu bergerak, engkau sudah mati. Gerakan ini sangat baik.

Gurdjieff menyarankan murid-muridnya untuk melakukan perubahan yang mendadak. Dia akan bersikeras untuk puasa dan kemudian dia akan mengatakan, "Sekarang makan sebanyak yang engkau bisa." Lalu tiba-tiba ia berkata, "Teruskan puasa." Kemudian sekali lagi ia akan berkata, "Mulailah makan." Dia akan mengatakan, "Jadilah terjaga selama beberapa hari dan malam terus menerus, lalu tertidur selama beberapa malam." Gerakan ini antara kutub yang berlawanan memberikanmu sebuah dinamika, sebuah gairah.

ATAU, DENGAN MENEMPATKAN JARI-JARI DI TELINGA, DENGARKAN SUARA DARI SUARA. Dalam satu teknik, kedua kutub berlawanan telah ditunjukkan. MANDI DI PUSAT SUARA, SEPERTI DI DALAM SUARA AIR TERJUN YANG TERUS

MENERUS - ini adalah satu ekstrem. ATAU, DENGAN MENEMPATKAN JARI-JARI DI TELINGA, DENGARKAN SUARA DARI SUARA - ini adalah ekstrem yang lain.

Satu bagian adalah untuk mendengar suara yang datang ke pusatmu; bagian lain adalah untuk menghentikan semua suara dan merasakan pusat tanpa suara. Keduanya ini telah diberikan dalam satu teknik untuk satu tujuan khusus - sehingga engkau dapat berpindah dari yang satu ke yang lainnya.

Kata ATAU bukan satu pilihan untuk melakukan ini atau itu. Lakukanlah keduanya! Itulah sebabnya keduanya telah diberikan dalam satu teknik. Pertama lakukan yang satu selama beberapa bulan, kemudian lakukan yang lain selama beberapa bulan. Engkau akan lebih hidup, dan engkau akan mengetahui kedua ekstrem. Dan jika engkau dapat pindah ke kedua ekstrem dengan mudahnya, engkau dapat tetap muda selamanya. Mereka yang terikat pada ekstrem mana pun menjadi tua dan mati.

OSHO INDONESIA